## 《とれとれ参加心得》

☆心構え／冒険と安全のバランスを十分に考慮してコース設定をしていますが、参加者個人も危険を伴うアドベンチャー（擬似冒険）と認識して参加して下さい。地図を常に目の前に置き、現在地を把握し、もし迷ったら分る場所まで引き返す勇気を持ちましょう！コース上に居れば必ず捜索隊が向かいます。（コースから外れたらホイッスルを鳴らそう！）

☆装備／山岳サイクリングの装備が基本。（雨具、工具、コンパス、マップケース、飲料水、補給食、防寒具、ライト、ホイッスル、エマージェンシーキット、など）

☆保険／主催者で当日有効なスポーツ傷害保険に加入しますが、賠償や重症入院等には適用されない場合があるので、各個人で必要な保険に加入することをお勧めします。

### 【ラリーレイド・ガイダンス　2004版】

**日本国内でのMTBラリーレイドの実施および参加には、"自然"や"道"を遊ぶための"掟"や、独自のローカルルールが必要です。このルールはこれまでの海外ラリーレイドへの参加と国内ラリーレイドの実施から生まれた現時点のレベルのもので、今後も改良されていきます。**

(1)日本では馴染の薄い「ツーリングコンペティション」のオフロードバージョンが「とれとればいく」です。「とれとればいく」は、日本版MTBラリーレイドであり、マルチラリーレイドやアドベンチャーレースの一種であるため、主催者は「冒険と安全のバランス」を最大限考慮して大会を運営しています。またマップリーディング系のツーリング大会として、新たな"道"を見つけてくる"コースクリエイター／先達"の役割が重要です。

(2)コースのクローズは行いません。（※地元自治体と協力して道路使用許可を受けている場合は稀。今後の努力目標。）またトレイルメンテナンス（環境への配慮）の精神を大切に運営しており、参加者にもその意識を持って欲しいと願っています。

(3)参加者の底辺は徐々に広がっています。そのため大会を、シリーズコンペ、ミニ＆プラクティス、スクール＆リターンズの3段階に分けています。とれとれ初参加者はミニやスクールから参加しましょう。

(4)"最も華麗なマウンテンバイクのレース"とうたわれるコルシカバイクへの参加経験から生まれた"とれとればいく"は、他のアドベンチャーレースと比較したところナビゲーションレベルは世界最高水準と思われます。（道を探し出すことが前提！）

(5)海外では緊急時にヘリコプターを要請しますが、日本ではまず不可能です。また無線の使用にも制約があり、通常の連絡には使用できません。そのため携帯電話を連絡に用いていますが万能ではありません。緊急時のみの使用としてアマチュア無線を用意する場合もあります。（参加者の管理は有人PCの通過確認で行なっています。⑦項参照）

(6)一般道から獣道まで全ての"道"を使ってコース設定をしますが、安全管理優先のため、スピードの出る下り林道やエスケープルートの無いシングルトラックは、スペシャルステージへの使用を避けるようにしています。

(7)コントロールポイントを必ず通ることが基本ルールであり最低の義務です。通過確認が出来ない場合、そのライダーは行方不明者として捜索の対象となり、失格にもなります。

(8)コントロールポイントには、有人と無人があります。有人ポイントには、通過確認とルート指示と補給をするPC（ポイント・コントロール）と、確認と指示だけのPS（ポイント・セキュリティ）、制限時間をチェックするEL（エリミネーション／足切りポイント）の3種類があります。無人ポイントはQP（クイズ・ポイント）としてクイズ等が確認事項として置かれています。　※ELの運用について・・・・コンペの中にはEL以降もコース復帰が可能なものがありますので、ご注意下さい。

(9)とれとればいくは、自転車遊びは自己責任という世界共通認識の基に行なう"ツーリングコンペティション"のオフロードバージョンで、タイムを競ったり順位を表彰するレースではありません。但し、参加者の疲労度チェックや大会スケジュールの目安のために通過時刻チェックは重要と考えています。また、シリーズコンペでは、ツーリングコンペティションの精神を理解した人たちを対象に登録制にして実施します。（※意志確認の出走サインを必ずお願いします。）

(10)ラリーレイドへの参加者を"ラリースト"と呼びます。ラリーストには何事も自分で解決する精神力が必要とされます。他人に頼ること無く周到な用意で参加して下さい。（※責任を持つと言う意味で、賠償付き任意保険に入ることを強くお薦めします。）

(11)ラリーレイドには地図を読む"ルートファインディング"能力以上に、道を見分ける"ルートハンティング"能力も必要です。

(12)マップリーディングにはコンパス（方位磁石）は不可欠です。マップケースとマップホルダーも必携です。双眼鏡の使用は任意とします。衛星を利用したGPSは今のところあまり有効ではありません。

(13)初めての場所ではコースの情報を知ることが重要です。スケジュールやローカルルール、コースの説明を行なうブリーフィングには、筆記具と蛍光ペンを必ず持参して下さい。

(14)コースには長時間（30分～1時間）の押し、担ぎが含まれます。そのため自転車に乗る体力に加え、自転車を担ぐ体力が必要です。また自転車を担ぐための工夫や、押し担ぎのテクニックも必要です。

(15)車種およびタイヤの使用制限は、03～04シーズンも無制限とします。但し一般道走行のため道路交通法による保安部品（ベル、リフレクター、ライト）は必要です。

(16)検車は行ないません。各自クオリティの高い、整備されたマシンでご参加下さい。（※コンペによってタックルチェック有り）

(17)補給食、飲料水は必ず携行し、ペース配分を考え走ること。

(18)整備、メンテナンス、応急修理のできる工具および補修パーツは各自で用意して下さい。また特殊部品の専用工具は持参して下さい。工具セットの携帯は、最低限の義務です。

(19)装備（雨具、工具、補修パーツ、食料、救急セット、着替えなど）および心構え（道に迷ったら分る場所まで引き返す）は一般のサイクリングやハイキングに準じます。できれば山岳サイクリングの知識があると有効です。

(20)ウエアは長袖、タイツが基本です。ヘルメット、グラブ、ゴーグルは着用（携行）義務です。それ以外の保護具は任意です。


**★とれとれ岩柳・企画デスク**　TEL. 090-5573-9372　Fax. 03-6368-4661

Eメール　BikejoyQ@aol.com　URL　http://www.bike-joy.com/GanRyu.htm


**◆とれとれ参加資格　・・・　●リターンズ（ツーリング）** ← とれとれミニ等で使ったルートを走る初心者を誘っても安心なツーリング。　**●スクール** ← 地図読みや自転車を運ぶテクニックを学ぶスキルアップスクール。　**●とれとれミニ** ← ワンデイラリーレイド。とれとれスクール経験者、または同程度の人。　**●シリーズ戦** ← 2日間の本格ラリーレイド。とれとれミニ参加経験者。　**●レイド・オブシディアン** ← 3泊4日の国際格式のラリーレイド。とれとれシリーズ戦参加経験者。**【2013年5月3日～6日／諏訪～高尾／とれとれEAST担当】**

**◆持ち物・・・**良く整備されたMTB、ヘルメット、工具、補給食、マップケース、蛍光ペン、筆記具、他。　※参加に際し裏面やWebの「とれとれ参加心得」等を良く読み、内容を理解した上でお申し込み下さい。 ミニは10名未満の場合、ツーリング実施もあります。

**★ヴェロマルチ山口**　テイクオフ・メンバーショップ　【とれとれ岩柳12－13店頭申込対応ショップ】

**日出男商会・・・・・**〒759-4106　山口県長門市仙崎鳥越 2 区 843-1　Tel. 0837-26-0955
**ANOサイクル・・・・・**〒753-0215　山口県山口市大内矢田 938　Tel. 083-927-2620
**ツノサイクル・・・・・**〒753-0056　山口県山口市湯田温泉 2 丁目 2-5　Tel. 083-922-1268
**ラビットストリート・・・・・**〒755-0067　山口県宇部市西小串 1-3-15　Tel. 0836-35-9899
**CCマツナガ・・・・・**〒755-0241　山口県宇部市東岐波 5688-2　Tel. 0836-58-4077
**サイクルピット240・・・・・**〒751-0853　山口県下関市川中豊町6-8-24　Tel. 0832-55-5517
**ル・モンド・ヴェロ・・・・・**〒747-0046　山口県防府市千日 1 丁目 6-6-2　Tel. 0835-23-2437
**ワンツーサイクル・・・・・**〒745-0071　山口県周南市岐山通 3-6　Tel. 0834-21-7971
**サイクリングサロンヒロシゲ・・・・**〒742-0005　山口県柳井市天神 14-22　Tel. 0820-22-0645
**ムラナカサイクル・・・・・**〒740-1421　山口県岩国市由宇町中央 1-10-8　Tel. 0827-63-0502
**スポーツサイクルウエキ・・・・・**〒739-06231　広島県大竹市小方 1-25-6　Tel. 0827-57-7265

山口県型・自転車遊びの地産地消を目指す「ヴェロマルチ山口」の企画の柱は、「定期リリース（サイクリスト交流）」と「エリアメンテナンス（観光再発見）」と「パートナーシップ（街づくり）」です。
また自転車遊びの三原色として、「ファストラン／山口県一周ブルベ」、「MTBラリー／とれとれ岩柳」、「ポタリング／THT26山口セレクション」を提唱しています。
2011年秋現在、左記サイクルショップ等のご理解ご協力を得て、テイクオフに向けて準備中です。

**★ヴェロマルチ山口・テイクオフ企画**
問い合わせ：Tenyuken@aol.com